

УДК: 37-053.2-056.36:796.0121:612.89.05

**Філак Ярослав Феліксович**

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент  
кафедра фізичної реабілітації  
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»  
м. Ужгород, Україна  
yaruslav.filak@uzhnu.edu.ua

**Філак Фелікс Георгійович**

кандидат медичних наук, доцент  
кафедра фізичної реабілітації  
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»  
м. Ужгород, Україна  
felix.filak@uzhnu.edu.ua

## ПЕДАГОГІЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ДРІБНОЇ МОТОРИКИ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ДІТЕЙ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ

**Анотація.** Діти з порушеннями інтелектуального розвитку становлять 2,5% дитячого населення. У них темпи опанування рухів значно знижені, що призводить до сповільненості утворення складних умовних зв'язків, невідповідності рівня фізичного розвитку і рухової підготовленості вимогам соціально-трудова адаптації. Мета статті – розробити та експериментально перевірити методику розвитку дрібної моторики засобами фізичного виховання дітей 7-8 років з порушенням інтелектуального розвитку. Методи дослідження: аналіз медичних карт, контрольо-педагогічні тестування для визначення розвитку дрібної моторики, визначення сили м'язів кистей обох рук і м'язів спини. Перед початком дослідження дітям проведено ряд тестів з дрібної моторики та фізичного розвитку. Сформовано дві рандомізовані групи, одна з яких займалася фізичними вправами за загальною шкільною програмою, інша - за корекційно-розвиваючою. Після 6-ти місяців занять за планом корекційно-розвиваючої програми відзначається, поряд з покращенням самопочуття, позитивна динаміка тестування дрібної моторики. Отже, розроблений комплекс гімнастичних вправ сприяє розвитку комунікативних умінь, навчанню навичкам самообслуговування на підставі покращання дрібної моторики кистей і пальців рук, концентрації довільної уваги, збереження наявного та зміцнення загального здоров'я школярів, мотивації до самостійної активної навчальної та рухової діяльності.

**Ключові слова:** порушення інтелектуального розвитку, діти, фізичне виховання, дрібна моторика, корекційно-розвиваюча програма

**Вступ.** В Україні одним із пріоритетів реформи освіти є широке впровадження інклюзивного навчання дітей з особливими потребами. У цій групі потенційних учнів значний відсоток становлять особи з порушенням інтелектуального розвитку. За даними ряду авторів, такі діти складають близько 2,5% від загальної кількості дитячого населення. У процесі діагностики помітні прояви функціональної незрілості в сенсомоторному розвитку школярів, що становлять основу рухових навичок (бігу, метання, стрибків, ходьби, повзання, лазіння). До негативних проявів належать нерівномірність статичної і динамічної організації рухів, що ускладнює розвиток соціальних навичок і умінь. Рухова загальмованість, яка виникає в процесі розвитку дитини, знижує організаційні здібності і ускладнює формування рухової сфери, особливо дрібної моторики, що призводить до зниження фізичного розвитку, фізичної працездатності. Надалі ці порушення переважно проявляються у вигляді затримки психомоторного, мовного і інтелектуального розвитку дитини [5; 3].

Загальновідомо, що для людини, у якої немає рухових недоліків, заняття фізичними вправами - це спосіб активного розвитку. Для розумово відсталого ж дитини фізична культура є ще і одним з основних засобів усунення відхилень рухової сфери, а також способом підтримки і зміцнення здоров'я, оскільки фізичні вправи можна застосовувати тривалий час, переходячи від лікувального і профілактичного до оздоровчого і тренувального ефекту. Хороша фізична підготовленість є основою високої працездатності в усіх видах трудової і спортивної діяльності дітей з порушеннями інтелекту. Невідповідність призводить до того, що дитина з порушеннями інтелекту не за-

вжди може включитися в трудову діяльність, а сама діяльність їй є тягар [1; 2].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Значна кількість досліджень спрямоване на вивчення особливостей фізичного розвитку, фізичної працездатності, психомоторики розумово відсталих дітей. Однак, існує недостатньо досліджень, що відбивають вікові закономірності та особливості розвитку дрібної моторики дітей з розумовою відсталістю; наявні дані мають фрагментарний характер і відбивають окремі параметри [3; 4].

Існуючі методичні рекомендації з проведення занять лікувальної фізичної культури в коректувальній школі мають загальний характер, не відбиваючи тему вдосконалення дрібної моторики у дітей з порушенням інтелекту, що спонукає до необхідності використання нових засобів. Нині загальновідома провідна роль оптимальної рухової активності розумово відсталих дітей в корекції порушень рухової сфери, в підвищенні фізичної підготовленості і рівня здоров'я, в позитивному впливі на емоційно-психічну сферу, а також в опосередкованому впливі на розвиток розумової працездатності [3; 4]. Таким чином, проблема є актуальною, що і зумовило мету і завдання дослідження.

**Метою статті** є розробити педагогічні рекомендації і експериментально перевірити методику розвитку дрібної моторики засобами фізичного виховання дітей 7-8 років з порушенням інтелектуального розвитку.

**Завдання дослідження:** 1. Визначити рівень дрібної моторики у дітей 7-8 років з порушенням інтелектуального розвитку. 2. Розробити комплексну коректувально-розвиваючу програму, спрямовану на

розвиток дрібної моторики для дітей з порушенням інтелекту 7-8 років. 3. Провести оцінку ефективності впливу коректувально-розвиваючої програми на розвиток дрібної моторики у дітей з порушенням інтелектуального розвитку.

**Методи дослідження.**

1. *Аналіз медичних карт.* Метою аналізу медичних карт було вивчення причини порушення інтелектуального розвитку дітей, визначення основного діагнозу і супутніх захворювань у досліджуваних дітей.

2. *Контрольно-педагогічні тестування для визначення розвитку дрібної моторики* з метою виявлення кінетичних порушень кожної дитини зокрема, щоб забезпечити індивідуальний підхід до педагогічної корекції і вироблення необхідних компетенцій. Для дослідження дрібної моторики пропонувалися такі завдання:

а) «Склади мозаїку». Перед дитиною викладається готова мозаїка, що складається з двох пазлів (дитина запам'ятовує картинку). Потім педагог розбирає мозаїку. Завдання: скласти мозаїку (з'єднати два пазли).

б) «Розклади». Виставляються 3 скляночки і 3 трубочки для пиття. Завдання: необхідно розставити трубочки в склянки – в кожній по одній.

в) «Застєбни гудзик». Спочатку слід показати дитині, як потрібно застєбати гудзички, коментуючи таким чином: «Великий гудзик ми застєбаємо у велику петельку, середній гудзичок - в середню петельку, а маленький – в маленьку».

г) «Шнування». Знадобиться картон у вигляді черевика, в якому прорізаємо 6 отворів (як на черевиках) і шнурок. Завдання: необхідно зашнувати «черевик».

д) «Попелюшка». Перед дитиною виставляється тарілка із зерном (наприклад, рисом), в якому «зарито» 10 квасолин. Завдання: відшукати і викласти на стіл квасолю. Можна шукати як однією, так і обома руками.

е) «Лови кульку». Знадобляться жолобок і кулька. Завдання: педагог кладе кульку на жолобок і просить дитину: «Лови кульку!». Гра повторюється 3 рази.

є) «Конструювання з паличок». Завдання: необхідно палички для рахування покласти на лінії фігур. Результати виконання кожного завдання оцінювалися за допомогою кількісних показників. Оцінка результатів: 5 балів – навичка сформована (завдання повністю виконане); 4 бали – завдання виконується повільно, невпевнено; 3 бали – завдання виконується повільно, невпевнено, з небажанням продовжувати до кінця; 2 бали – порушена плавність рухів, завдання виконується з багатьма неточностями і незавершене; 1 бал – завдання не виконане.

3. *Визначення сили м'язів кисті обох рук* для об'єктивної оцінки фізичного розвитку. Визначення сили м'язів кисті обох рук проводилось за допомогою ручного динамометра. Виміри проводили два рази кожною рукою і записували кращий результат. М'язова сила рук характеризує ступінь розвитку мускулатури. Проведені обстеження у 10 практично здорових дітей віком 7-8 років показали, що сила м'язів кисті становить  $19,08 \pm 0,7$  кг.

4. *Визначення сили м'язів спини для оцінки стану фізичного розвитку та витривалості.* Дитину укладають на живіт поперек кушетки так, щоб верхня частина тулуба до тазових кісток знаходилася у висі, руки – на поясі, голова і грудна клітка підведені.

Ноги притримують руками. Якщо дитина у віці до 6 років утримує цю позу понад 1 хв., це свідчить про достатню силу м'язів спини. У дітей 7-10 років час стомлення м'язів становить 2-3 хв.

**Виклад основного матеріалу.** Обстеження проведено у 25 школярів віком 7-8 років, із них 14 хлопців і 11 дівчат, які навчаються в Часлівській допоміжній спеціалізованій школі-інтернат. Діти були направлені в школу-інтернат медико-педагогічною комісією. Переважна більшість усіх дітей з порушенням інтелекту – учнів допоміжної школи – складають діти-олігофрени. Розвиваючий характер навчання у допоміжній школі полягає у сприянні загальному психічному і фізичному розвитку учнів. Однак розвиток школярів з порушенням інтелекту без корекції їхнього мислення і порушення психофізичних функцій не може бути досить успішним. Тому інклюзивне навчання в школі носить корекційно-розвиваючий характер.

Вивчаючи динаміку порушення психомоторного розвитку, ми проаналізували медичні карти пацієнтів з метою виявлення причини розумової відсталості та супутніх захворювань. Були проведені дослідження розвитку дрібної моторики дітей, оцінка фізичного розвитку до і після експерименту. Контрольну групу становили 15 дітей, які займалися за загальноприйнятою програмою навчального закладу. Перед кожним завданням дітям демонстрували хід виконання завдання.

У результаті дослідження дрібної моторики шляхом тестування 7 (28,0%) дітей завдання «склади мозаїку» виконали самостійно, 13 (52,0%) – необхідна була допомога, 6 (24,0%) дітей завдання виконати не змогли. Завдання «Розклади» самостійно виконали 12 (48,0%) дітей, необхідна була допомога 11 (44,0%), не виконали завдання 2 (8,0%) дітей. Завдання «застєбни гудзик» виконали самостійно 8 (32,0%) дітей, 14 (56,0%) - необхідна була допомога, 3 (12,0%) дітей не змогли виконати завдання. Завдання «шнування» самостійно виконали 5 (20,0%) школярів, необхідна була допомога 16 (64,0%) пацієнтів, не змогли виконати завдання 4 (16,0%) дітей. Тест «Попелюшка» виконали самостійно 3 (12,0%), при виконанні завдання необхідна була допомога 17 (68,0%) школярів, не змогли виконати завдання 5 (20,0%) учнів. Тест «Лови кульку» виконали самостійно 7 (28,0%) дітей, необхідна була допомога і не змогли виконати завдання відповідно 15 (60,0%) і 3 (12,0%) дітей. Завдання «конструювання з паличок» виконали самостійно 6 (24,0%), допомога була необхідна 15 (60,0%) учням і 5 (20,0%) дітей завдання виконати не змогли.

Силу м'язів кисті рук у школярів з порушенням інтелекту визначали у положенні сидячи при відведенні руки вбік. Показники сили м'язів кисті рук для дітей експериментальної групи становив  $13,6 \pm 0,4$  кг. У школярів контрольної групи –  $13,9 \pm 0,5$  кг.

Визначення сили м'язів спини проводилось у положенні лежачи на животі, ноги притримувались руками. У школярів з порушенням інтелектуального розвитку у віці 7-8 років цей показник становив  $1,3 \pm 0,5$  хв, для дітей контрольної групи відповідно  $1,2 \pm 0,6$  хв.

Корекційно-розвиваюча програма спрямована на розвиток дрібної моторики, удосконалення основних рухів, формування рухових умінь і навичок, виховання рухових якостей, покращення фізичного розвитку, фізичної працездатності представлена у таблиці 1.

Таблиця 1.

**Корекційно-розвиваюча програма**

Реабілітаційні заходи	Зміст	Дозування	Загальні вказівки методичні
1. Заняття лікувальною фізичною культурою	За затвердженою програмою	3 рази на тиждень підгрупами по 20-25 хв.	Збільшено обсяг загально-розвиваючих вправ з предметами.
2. Рухливі ігри	За затвердженою програмою	Щодня, по 15-20 хв.	Враховувати інтенсивність ігор
3. Спеціальні розвиваючі ігри	«Лижі», Різнокольорові прищипки», «Ігри з піском», «Ігри з солоним тістом, пластиліном, глиною», «Кольорові крапельки», «Нанизування», «Нагвинчування»	У другій половині дня індивідуально або підгрупами по 15-25 хв	Відповідно до правил ігор
4. Спеціальні рухливі ігри	«Посадка картоплі», «М'яч по колу», «Збий кеглю», Циркачі», «Малюємо настрої»	У другій половині дня індивідуально або групою по 15-20 хв.	Відповідно до правил ігор
5. Пальчикова гімнастика	«Зайчик», «Чоловічок», «Їжачок», «Метелик», «Окуляри»	Протягом дня 3-4 рази по 1-2 хв.	Відповідно до завдань

Заняття проводилися протягом шести місяців згідно з «Програмою навчання і виховання дітей в умовах центру корекційно-розвиваючого навчання і реабілітації» три рази на тиждень підгрупами, підібраними з урахуванням рухових можливостей. Особливу увагу звертали на спеціальні рухливі ігри та пальчикову гімнастику. Тривалість занять – 20-25 хв.

У результаті проведення занять згідно з планом корекційно-розвиваючої програми, поряд з покращенням самопочуття відзначається позитивна динаміка тестування дрібної моторики. Кількість дітей, які виконували самостійно завдання «склади мозаїку», вірогідно підвищилось з 7 (28,0%) до 18 (72,0%) дітей, 7 (28,0%) – необхідна була допомога. Завдання Розклади» після проведення корекційно-розвиваючих занять самостійно змогли виконати 20 (80,0%) учнів, необхідна була допомога 5 (20,0%) школярам. Відповідно завдання «застебни гудзик» вірогідно підвищилось з 8 (32,0%) до 21 (84,0%), необхідна була допомога 4 (12,0%) учням. Завдання «шнурування» після проведення комплексу спеціальних вправ са-

мостійно виконали 19 (76,0%) школярів, необхідна була допомога 5 (20,0%) учням, не змогли виконати завдання 1 (4,0%) учень. Завдання «Попелюшка» після проведення корекційно-розвиваючої програми самостійно виконували 18 (72,0%) школярів, потребували допомоги 6 (24,0%) дітей, не змогли виконати завдання 1 (4,0%). Кількість учнів, які виконали завдання «Лови кульку» самостійно становить 19 (76,0%) учнів, 4 (12,0%) школярів виконали завдання з допомогою, не виконали завдання 2 (8,0%) дітей. Кількість дітей які змогли виконати завдання «конструювання з паличок» збільшилось з 6 (24,0%) до 18 (72,0%), необхідна була допомога лише 6 (24,0%) школярам, не виконав завдання 1 (4,0%) школяр. У школярів контрольної групи показники дрібної моторики змінилися незначною мірою.

Результати проведення педагогічного дослідження показників дрібної моторики до і після проведення експерименту показали ефективність запропонованої корекційно-розвиваючої програми (див. табл. 2).

Таблиця 2.

**Показники розвитку дрібної моторики дітей ЕГ після експерименту**

Тест	До експерименту	Після експерименту	t	P
«Мозаїка»	2,3±0,66	4,3±0,66	3,87	>0,05
«Розклади»	2,3±0,83	4,1±0,78	3,23	>0,05
«Застебни»	1,9±0,78	4±0,87	3,56	>0,05
«Шнурівка»	1,5±0,71	3,6±0,7	3,59	>0,05
«Попелюшка»	2,4±0,99	4,3±0,66	3,26	>0,05
«Лови кульку»	2±0,71	3,5±0,5	2,56	>0,05
«Конструювання з паличок»	2±0,71	4±0,87	3,84	>0,05

Дані, наведені в таблиці 2, свідчать про статистично достовірні значення покращення показників за даними тестів після проведення корекційно-розвиваючої програми, що доводить ефективність розробленої програми з розвитку дрібної моторики. Так, при виконанні тестів у середньому різниця в показниках до і після проведення корекційно-розвиваючої програми, становила 2 бали.

Показник сили м'язів кисті рук для школярів експериментальної групи після реабілітації збільшився з 13,6 ± 0,4 кг. до 18,3 ± 0,5кг., що відповідає нормі. Для дітей контрольної групи – 13,9 ± 0,5 кг. до 16,1

± 0,7кг. цей показник Сила м'язів спини у школярів у віці 7 – 8 років збільшилась з 1,3 ± 0,5 хв. до 1,9 ± 0,7 хв, що ближче до норми, у школярів контрольної групи ці показники нижчі і збільшились з 1,2 ± 0,6 хв. до 1,5 ± 0,4 хв.

**Висновки**

1. Аналіз наукових джерел та досвіду роботи з дітьми з порушеннями інтелектуального розвитку дозволяє стверджувати, що питанням цілеспрямованого педагогічного впливу засобів фізичного виховання приділяється недостатньо уваги.

2. Запропонована корекційно-розвиваюча програ-

ма сприяє розвитку комунікативних умінь, навчанню навичкам самообслуговування на підставі покращання дрібної моторики кистей і пальців рук, концентрації довольної уваги, збереження наявного та зміцнення загального здоров'я школярів, мотивації до само-

стійної активної навчальної та рухової діяльності.

3. Корекційно-розвивальну програму можна рекомендувати для впровадження у практику роботи педагогів, які працюють з особливими дітьми.

#### References

1. Blinova, L.N. (2001). *Dyahnostyka y korrektsiya v obrazovany detei s zaderzhkoi psikhicheskoho razvytyia* [Diagnosis and correction in the education of children with mental retardation]. Moscow: NTs ENAS [in Russian].
2. Lesko, O.M. (2004) *Rukhlyvi ihry dlia molodshykh shkoliariv z zatrymkoiu psikhichnoho rozvytku* [Movable games for junior schoolchildren with a delay in mental development]. Lviv: LDIFK [in Ukrainian].
3. Maller, A.R. (2001) *Obuchenye, vospytanye, y trudovaya podhotovka detei s hlubokymy narushenyami yntellekta* [Education, upbringing, and labor training for children with profound intellectual disabilities]. Moscow: AST [in Russian].
4. Strebeleva, E.A. *Formyrovanye myshleniya u detei s otklonenyami v razvytyi* [Formation of thinking in children with developmental disabilities]. Moscow: Vlados [in Russian].
5. Vaizman, N.P. (1997). *Psikhomotoryka umstvenno otstalyykh detei* [Psychomotoric of mentally retarded children]. Moscow: Pedahohyka [in Russian].

#### Список використаної літератури

1. Блинова, Л.Н. Диагностика и коррекция в образовании детей с задержкой психического развития: учеб. пособие / Л.Н.Блинова. – М.: Изд-во НИЦ ЭНАС, 2001. – 136 с.
2. Лесько О. Рухливі ігри для молодших школярів з затримкою психічного розвитку: навч.-метод. посіб. / О.Лесько, В.Трач. – Л.: ЛДІФК, 2004. – 88 с.
3. Маллер А.Р. Обучение, воспитание, и трудовая подготовка детей с глубокими нарушениями интеллекта / А.Р.Маллер, Г.В.Цикото – М.: АСТ, 2001. – 218 с.
4. Стребелова, Е.А. Формирование мышления у детей с отклонениями в развитии / Е.А.Стребелова. – М.: Владос, 2001. – 230 с.
5. Вайзман Н.П. Психомоторика умственно отсталых детей / Н.П.Вайзман. – М.: Педагогика, 1997. – 234 с.

Стаття надійшла до редакції 04.04.2018 р

Стаття прийнята до друку 08.04.2018 р.

#### Филак Ярослав

кандидат наук по физическому воспитанию и спорту, доцент  
кафедра физической реабилитации  
ГБУЗ «Ужгородский национальный университет»  
г.Ужгород, Украина

#### Филак Феликс

кандидат медицинских наук, доцент  
кафедра физической реабилитации  
ГБУЗ «Ужгородский национальный университет»  
г.Ужгород, Украина

#### ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ ПОСРЕДСТВОМ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ У ДЕТЕЙ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНЫМИ НАРУШЕНИЯМИ

**Аннотация.** Дети с нарушениями интеллектуального развития составляют 2,5% детского населения. У них темпы овладения движениями значительно понижены, что приводит к замедлению образования сложных условных связей, несоответствию уровня физического развития и двигательной подготовленности к требованиям социально-трудовой адаптации. Цель статьи – разработать и экспериментально проверить методику развития мелкой моторики средствами физического воспитания детей 7-8 лет с нарушением интеллектуального развития. Методы исследования: анализ медицинских карт, контрольно-педагогические тестирования для определения развития мелкой моторики, определение силы мышц кистей обеих рук и мышц спины. До начала исследования детям выполнен ряд тестов по мелкой моторике и физическому развитию. Сформировано две рандомизированные группы, одна из них занималась физическими упражнениями по общей школьной методике, другая – по коррекционно-развивающей. После шести месяцев занятий по плану коррекционно-развивающей программы отмечается, наряду с улучшением самочувствия, позитивная динамика тестирования мелкой моторики. Следовательно, разработанный комплекс гимнастических упражнений способствует развитию коммуникативных умений, обучению навыкам самообслуживания на основании улучшения мелкой моторики кистей и пальцев рук, концентрации произвольного внимания, сохранения наличного и укрепления общего здоровья учеников, мотивации к самостоятельной активной учебной и двигательной деятельности.

**Ключевые слова:** нарушения интеллектуального развития, дети, физическое воспитание, мелкая моторика, коррекционно-развивающая программа.

**Filak Yaroslav**

Candidate of Sciences in Physical Education and Sports, Associate Professor  
Department of Physical Rehabilitation  
State University «Uzhhorod National University»  
Uzhhorod, Ukraine

**Filak Felix**

Candidate of Medical Sciences, Associate Professor  
Department of Physical Rehabilitation  
State University «Uzhhorod National University»  
Uzhhorod, Ukraine

**PEDAGOGICAL ASPECTS OF FINE MOTOR SKILLS DEVELOPMENT WITH THE HELP OF  
PHYSICAL EDUCATION IN CHILDREN WITH INTELLECTUAL DISORDERS**

**Abstract.** Children with impaired intellectual development represent 2.5% of the child population. Their pace of movements mastering is significantly reduced, which leads to the deceleration of complex conditional connections formation, inconsistencies in the level of physical development and motor readiness to the requirements of social and labor adaptation. The aim of the article is to develop and experimentally test the technique of fine motor skills development with the help of physical education in children from 7 to 8 years old with an impaired intellectual development. Research methods: analysis of medical cards, control and pedagogical tests for determining the development of fine motor skills, determining the muscle strength of the brush of both hands, determining the strength of the muscles of the back. Before the beginning of the study, children were given a series of tests for evaluation of fine motor skills and physical development. Two randomized groups were formed, one of which was engaged in physical exercise according to the general school program, the other – in correctional-developing. After six months of training according to the correctional-developing program, along with the improvement of the health, the positive dynamics in fine motor testing was noticed. Consequently, the developed complex of gymnastic exercises contributes to the development of communicative skills, self-service skills training on the basis of improving the fine motor skills of the hands and fingers, concentration of a free attention, preservation of the existing and strengthening of the general health in schoolchildren, motivation for independent active learning and motor activity.

**Key words:** impairment of intellectual development, children, physical education, fine motor skills, correctional-developing program